

Wiebe Bökemeier

Hamburg. Eine Tonne. So viel Druck lastet auf Teilen des Knies, wenn ein 100 Kilogramm schwerer Mensch von einem Turnkasten springt und in der tiefen Hocke landet. Das entspricht dem Gewicht eines Kleinwagens, getragen von einem Körperteil, das etwa so groß ist wie eine Faust. Kann das gut gehen?

„Meist ja, manchmal nicht“, sagt Dr. Matthias Holger Wolff. Er leitet das Orthopädische Gelenkzentrum Hamburg und operiert in der Facharztambulanz Hamburg. Insgesamt operiert er rund 650 Knie pro Jahr. Wolff hat sich dabei bewusst für einen heute fast schon ungewöhnlichen Weg entschieden: Er hat sich mit einer eigenen Praxis selbstständig gemacht und operiert in der Facharztambulanz Hamburg als leitender Arzt. Das bedeutet: Seine Patientinnen und Patienten werden von der Diagnose bis zur Operation von ihm persönlich begleitet. Heißt: keine fremden Hände im OP.

In seine Praxis am Mittelweg kommen Patientinnen und Patienten mit Schwellungen, Kreuzbandrissen, Meniskusschäden und Knorpelverschleiß. Und eins haben fast alle gemein: Schmerzen. Häufig behandelt Wolff Probleme am Meniskus. Der sei so wichtig für unser Knie, so Wolff, weil er als Stoßdämpfer fungiere. „Das ist ein sehr harter Gummiring, ganz ähnlich wie beim Auto. Nur dass dieser auch noch dafür sorgt, dass die Gelenkflächen überhaupt zusammenpassen. Ist er beschädigt, läuft die gesamte Mechanik nicht mehr rund.“ Dabei ist Wolff keiner, der Schmerzen dramatisiert. Knacken im Knie? Erst mal harmlos, betont er. „Erst wenn es mit Schwellung und Schmerz einhergeht, wird's ernst. Ein Knirschen dagegen sollte man grundsätzlich lieber abklären, denn es könnte dem Knie schaden, ähnlich wie ein Kieselstein im Getriebe.“

Dr. Wolff: „Klug bewegen bleibt trotzdem Pflicht“

Manchmal bringen Betroffene auch schon eine Diagnose mit. Eine hört der Orthopäde besonders oft, und die bringt ihn auch besonders auf die Palme: „Sie haben halt Arthrose, da kann man nichts machen.“ „Den Menschen wird gesagt, ihr Knie sei irreparabel verschlissen. Aber oft haben wir es gar nicht mit Arthrose zu tun, sondern mit gut behandelbaren Knorpelschäden“, stellt er klar. Hinzu komme, dass viele beim Begriff Arthrose auch oft noch eine Art schlechtes Gewissen empfinden, so Wolff. „Sie fragen sich: Habe ich zu viel oder falsch trainiert?“ Doch nicht immer ist der Lebensstil schuld am kaputten Knie. Für einiges können wir schlicht nichts: „Knorpel wird auf vielen verschiedenen Genen kodiert und zusammengesetzt“, erklärt der 42-Jährige. „Wer eben ungünstige Varianten mitbekommen hat, hat es schneller mit Verschleiß zu tun. Auch rheumatische Erkrankungen

können die Gelenke von innen angreifen. Klug bewegen bleibt trotzdem Pflicht. Ein Muskel oder auch Knorpel, den du nicht benutzt, degeneriert schnell. Wer sein Knie möglichst lange erhalten will, sollte es deshalb vor allem benutzen – und zwar mit Bedacht, aber kontinuierlich.“

Wo immer möglich, versucht Wolff, das eigene Gelenk zu erhalten. Knorpelzellen lassen sich heute im Labor vermehren. Die Knorpelzellen werden in einer Mini-OP aus Reservezonen entnommen, eingeschickt und sechs Wochen

später angereichert wieder implantiert. „Das klingt wie Basilikum züchten“, sagt Wolff lachend, „aber die Ergebnisse sind wirklich gut.“ Hat der Chirurg alle konservativen Mittel ausgeschöpft oder ist der Knieschaden schon zu groß, setzt er eine Gelenkprothese oder Teilprothese ein.

Moderne Implantate halten heute oft fünfzehn Jahre und länger. Diese Eingriffe führt Wolff in der auf Orthopädie spezialisierten Facharztambulanz Hamburg durch, die auch die stationäre Versorgung übernimmt. „Ich kann mich

voll und ganz auf meine Patienten konzentrieren. Denn hier ist für alles gesorgt: vom eingespielten Klinikteam über die strukturierten Abläufe bis hin zur optimalen Ausstattung.“

Zurück in ein Leben ohne Knieschmerzen

Spezialisierung sei wichtig, betont Wolff. Seine klare Empfehlung für Betroffene: „Gehen Sie bei komplexen Knieproblemen zu jemandem, der sich auf ein, maximal zwei Gelenke konzentriert. Medizinisches Wissen verdoppelt sich

Der Orthopäde Dr. Matthias Holger Wolff in seiner Praxis am Hamburger Mittelweg.

Roland Magunia



alle zehn Jahre. Als Generalist kann man da nicht mehr mithalten.“ Wolff betrachtet seinen Beruf als Handwerk, bei dem man das Ergebnis sehen kann. Die meisten seiner Patientinnen und Patienten sehe er gesund oder zumindest sehr viel besser wieder, sagt er. „Sie kommen mit einem Problem, das sie im Alltag einschränkt, manchmal seit Jahren. Nach der Behandlung höre ich Monate später: ‚Wow, ich kann alles wieder machen!‘ Noch besser ist, wenn die Leute sagen: ‚Hoffentlich sieht man sich nicht wieder.‘ Diese Abfuhr ist für mich das i-Tüpfelchen, weil es beweist, dass das Knie wieder funktioniert. Und mein persönliches Ideal ist, wenn die Menschen ein sogenanntes ‚Forgotten Knee‘ bekommen. Denn das bedeutet, dass sie irgendwann völlig vergessen haben, dass je etwas am Knie gemacht wurde.“

Der Podcast



In diesem Podcast von Hamburger Abendblatt und dem Verband freigemeinnütziger Krankenhäuser in Hamburg e.V. (Die Freien) spricht Wiebe Bökemeier alle zwei Wochen



mit einem Beschäftigten über die vielfältige und spannende

Arbeit im Mikrokosmos Krankenhaus. Sie finden die aktuelle Folge der Podcastreihe auf www.abendblatt.de/podcast/. Oder richten Sie die Kamera Ihres Smartphones oder Tablets auf diesen QR-Code, so werden Sie automatisch zum Podcast geführt und können ihn anhören.